Haukur Hjaltason
taugalæknir

Spítalagangar og sporgöngumenn





Hér er Haukur ungur læknanemi sem nýlega hafði lokið hefur 3. ári læknanáms. Á svart/hvítu myndinni er hann 67 ára gamall við starfslok. Mynd/aðsend.

Fyrir skömmu var efnt til samsætis í tilefni starfsloka minna sem taugalæknis á Landspítala. Þetta var góð samkoma sem snerti mig. Falleg orð voru látin falla í minn garð og það hlýjaði mér að vera innan um mitt góða samstarfsfólk. Starfslokum mínum var sem sagt fagnað! Tilfinningarnar óneitanlega svolítið blendnar. Samvistir við allt góða fólkið á spítalanum hafa búið mér heim sem er slíkur hluti af sjálfum mér að ég á aðeins í erfiðleikum með að átta mig á hvað gerist þegar honum sleppir. Sjálfsmyndin kann að breytast þegar ég hætti að standa í blíðu og stríðu með sama hætti og spítalaheimurinn hefur kallað á.

Út í lífið eftir starfslok held ég þó vonandi með nokkuð óbrenglaða sjálfsmynd og með allt það veganesti sem taugalæknistilveran skilur eftir. Ekki svo að skilja að ég eigi ekki aðra heima að halla mér að. Í *Birtíngi* Voltaires er talað um besta heim allra heima; hjá mér er það vitaskuld minn fjölskylduheimur, hann hefur gefið grunntóninn í heimsreisunni hingað til.

Vonandi halda stoðirnar þótt ég þurfi ekki að vakna til vinnu heldur eigi heilan dag framundan án kvaða og skyldna sem giltu áður. En maður verður að rækta garðinn sinn, með vísan í lokaorð Birtíngs. Sem lið í því hef ég tekið upp á að skrá daglega félagsvirkni mína. Hafi ég ekki virkað félagslega þegar líður á dag á ég það til að hjóla framhjá þar sem kunnugir búa og dingla og tala svo við fólkið í svona 15-20 mín. Þetta skrái ég. Annað sem við Þóra mín höfum fundið upp á er kaffihúsa-morgunganga. Við höfum samband við vini og félaga og fáum þá til göngu og kaffidrykkju. Með þessum hætti aukast tengsl við fólk og kaffistaði. Möguleikarnir eru nánast óþrjótandi.



Dagurinn í dag skiptir okkur öllu máli, hann er umlykjandi heimur okkar allra. Eins og þið áttið ykkur á er ég að vinna í honum og kem mér vonandi upp góðri uppbyggingu atburða og gjörða. Hreyfing er þar á meðal. Þegar maður mælir ekki lengur sjúkrahúsgangana verður meiri tími fyrir annað. Meginmarkmið mitt er að halda mér í þeirri þjálfun sem ég ræð við. Það er óþarfi að leggja það á sig sem ekki verður viðhaldið. Vandinn er ekki minni í hina áttina sem er þá ekkert ósvipað því að halda kílóunum stöðugum og komast hjá erfiðum æfingatíma í janúar eftir jólaátið – þið kannist við þetta.

Svo verð ég að segja frá því að þegar við hjónin urðum miðaldra opnaðist heimur fjalla og firninda, heimur sem engan endi ætlar að taka; nýir félagar og vinir komu til. Þetta hefur með læknisfræðilegum viðmiðum viðhaldið og bætt líkamsástand okkar, svo ég tali nú ekki um félagslega virkni.

Aldurinn eltir okkur uppi og eftir aðstæðum þurfum við að stíga til hliðar eða þá að huga að því að vera ekki fyrir; vera ekki fyrir börnunum okkar og ekki fyrir unga fólkinu sem fetar í spor okkar á spítalaganginum.